بررسی سطح ۱۰۶، ۱۰۷ و ۱۰۸

کتابی نسبتا داستانی درمورد مهارت‌های روانی

نویسنده: شکوفه حسین‌پور

لیست کاملی از کتابامو میتونید از لینک زیر دانلود کنید:

https://archive.org/details/@lastwinterinearth

در مقابل محتوایی که مصرف میکنید، مسئولیت‌پذیر باشید. من سعی میکنم مطالب مفیدی بنویسم اما ممکنه ایرادات زیادی هم داشته باشه. بهتره نگاه انتقادی خودتون رو حفظ کنید.

بازخورد و صحبت‌هاتون رو می‌تونید به صورت یک پیغام ذهنی ارسال یا در شبکه های اجتماعی درج کنید. معمولا پیام‌ها رو در دنیای خواب میبینم.

.

.

.

بررسی سطح ۱۰۶

ساعت ۸ و چهل و پنج دقیقه ی صبحه. دیشب برای شناخت سطح ۱۰۶ تمرکز کردم. در دنیای خواب میدیدم که بچه هستم و با خواهرم به یک اردو رفتیم. در اونجا میدیدم که یه جور رفتار ناخوش آیند با دوستانش داره. اون می تونست باندبازی کنه و از قدرتش برای آزار دادن دیگران استفاده کنه. روی منم سلطه گری میکرد و راستش بابت این رفتارها بهش

حق نمیدم. خیلی از الگوهای رفتاریش ربطی به درستکاریش نداشت بلکه مستقیما نشات گرفته از میلش به قلدری و کنترل دیگران بود.

زمان گذشت و من بزرگ شدم و یه پسر بچه داشتم. اون برای اردو و تفریح به مدرسه رفت و قرار بود که غذا و شیرینی درست کنن. پسرم دوست داشت که بخشی از غذاش رو به چندتا بچه ی فقیر ببخشه و راه و روش جالبی در این مسیر داشت؛ اما هم گروهی‌هاش ضمن تحقیر کردنش، اجازه ی این کار رو بهش نمیدادن.

روز بعد، اون با من همگروهی شد، این کاری بود که میشد انجامش داد.

مهارت شیرینی پزی من تعریفی نداشت و خیلی از چیزا رو برای اولین بار امتحان میکردیم. آدما تغییری

نکرده بودن، سرپرست و کادر مدرسه حتی منو هم تحقیر و مسخره میکردن. ولی روحیه ی پسرم ستودنی و متفاوت بود. اون رفتار افرادی که میخواست بهشون کمک کنه رو عملا مورد مطالعه قرار میداد و لزوما گیر این نبود که رقابتش با همکلاسی‌هاش رو برنده بشه. اون دنیا رو به شکل متفاوتی میدید و دنیا درنظرش بزرگ و شلوغ و پر از آدم‌های متفاوت بود.

بچه داشتن خیلی پرمسئولیت و دراماتیکه، امیدوارم دیگه همچین خوابی نبینم.

.

.

.

توی یکی از خوابای دیشبم، خودمو کنار عده ای از کادر درمان میدیدم که به صورت طرح و ماموریت، به منطقه ای اومده بودن که وطن خودشون نبود، و در یک ساختمون خوابگاهی اقامت میکردن. فکر نمیکنم یک پزشک بوده باشم اما در اون ساختمون کار میکردم.

گاها به خاطر جنگ یا مشکلات خاص، مردم خونه نشین میشدن و پزشکا هم مجبور میشدن مدت نسبتا مدیدی در خوابگاه بمونن. در اون برهه، ساختمون رو ترک نمیکردم و پیششون می موندم و سعی میکردم این انزوای ناخواسته، براشون کمی جالب تر بشه.

من از اون روزها خوشم می اومد چون انگار چندتا همبازی و همصحبت پیدا میکردم و خونه نشینی، یک

اجبار بود. از موندن در اون موقعیت، احساس عذاب وجدان خاصی بهم دست نمیداد.

.

.

.

ساعت ۱۲ شبه و دوست داشتم میتونستم با پدر آینده‌ام حرف بزنم یا حداقل از احوالاتش خبر بگیرم. آدم‌هایی مثل من هنوز وجود ندارن، یعنی تا زمانی که توی دنیای اون متولد نشم و هویت جدیدی نسازم، برای اون وجود ندارم و شبیه یک موجود خیالی هستم. اما اون وجود داره و در قالب یک بشر زمینی زندگی کرده و رزومه ای برای خودش درست کرده که توصیف کننده ی تجاربش هست.

خواب ها و شهوداتم بهم یاد داد که حرف زدن میتونه عمیق ترین شیوه ی معاشرت و ابراز احساسات باشه، با این وجود، استفاده از این مهارت، همیشه ساده نیست. وقتی صحبت از احساسات پیچیده یا قوی میشه، آرزو میکنم که ای کاش خلاق و با حوصله و هنرمندتر بودم.

آرزو دارم که رنگی در جلو چشم هام و عطری در زندگی من بودی، ولی باید صبر کنم تا جریان زندگی، منو به سمت تو بیاره. مثل قایق ساکنی که منتظر موجی برای حرکت کردنه.

این مدت خیلی به اینکه میخوام تو زندگی بعدیم چیکار کنم فکر کردم و متوجه شدم فرقی نمیکنه آدم چند سالش باشه. برنامه ریزی برای استفاده از جوانی، همیشه یه جوره. بحث بچگی و بی تجربگی نیست.

حتی الانم با فرض اینکه زندگی و جوانی دوباره ای در پیش دارم، مثل بچگی و نوجوانیم سردرگم هستم. فکر میکنم این برنامه ریزی ها زیاد معنایی نداره چون هیچ کدوم از تصوراتی که در نوجوانی داشتم، الان عملی نشده. شاید بنویسم و علوم انسانی رو مطالعه کنم. اینا چیزایی بود که قبلا هم بهشون علاقه داشتم اما کیفیت اجرایی شدنشون خیلی فرق داره.

شاید این کوته نظرانه و ساده به نظر برسه ولی فکر میکنم شورانگیزترین چیز در زندگی بعدیم، زندگی کردن در کنار همچین پدری باشه. میدونم که قراره نقدهام ناراحتش کنه، ولی وقتی دیوار دروغ فرو میریزه، فقط به آدمی میشه تکیه کرد که همیشه باهات صادق بوده. در اون لحظه اهمیتی نداره که چقدر ازش بیزاری. من آدمایی رو میشناسم که در هر

حالتی ازم بدشون میاد و کینه دارن ولی در عین حال، خیلی هم به حرفام فکر میکنن و ازشون استفاده میکنن. اونا میدونن که با یک واکنش اورجینال رو به رو هستن.

بین من و رسیدن به اتمسفر طلایی زندگی پدر آینده‌ام، یک مرگ حقیقی وجود داره که من رو از کالبد فیزیکی فعلیم جدا میکنه. روح انسان، بارها از این دیوار میگذره و با شکستنش، به سراغ یک هویت جدید میره. مثل اینه که با سر بهش کوبیده میشی و واقعا همینقدر هولناکه اما در عین حال، همون ضربه باعث میشه که همه چیز، منجمله هولناک بودنش رو فراموش کنی.

من ترجیح میدم به جای فراموش کردن و انتظار کشیدن برای رسیدن روزهای خوب، هولناک بودن رو

به یاد بیارم و به این فکر کنم که چه چیزی ارزشش رو داره که یکبار دیگه خودمو در موقعیتی منتهی به دیوار هولناک قرار بدم؟

شاید اگر اطرافیان تو هم یادشون می اومد که مرگ چقدر تراژیک و دراماتیک، همه چیز رو از هم جدا میکنه و در نقاط به ظاهر بی ربط و پرتی قرار میده، باهات صادق تر بودن. حدس میزنم در پایان داستان، این تو هستی که از من نفرت پیدا میکنی ولی اگر قراره که دنیا دوباره ما رو از هم دور کنه، چه بهتر که یک سناریوی اورجینال رو برات اجرا کنم و تصویری رو ارائه بدم که سودی غیر از به اشتراک گذاشتن صادقانه ی تجربه ی زیسته ام رو نداشته.

چه با اشتیاق و چه با نفرت، دنیا نمیذاره که همیشه فرزند شیرین تو باشم و از زندگی کردن با تو لذت ببرم

ولی دستم برای ایجاد یک یادگاری خلاقانه بازه. شاید درنظرت احمقانه بیاد ولی هنوزم ازینکه منو بدون چسبیدن به ایدئولوژی مد نظرت دوست داشته باشی ناامیدم و ازینکه قراره چقدر بابت شنیدن نظرات مخالفم اوقات تلخی نشون بدی کفری میشم. ولی این فقط یه زندگی از تناسخات متعددی هست که تا امروز تجربه کردم. امروز محبت والدین خوبی که داشتم دردی ازم دوا نمیکنه ولی هنوز در تعقیب افکار و ردپایی هستم که ۱۲ هزار سال پیش باهاش آشنا شدم.

چطور میتونم به قیمت داشتن محبت و تایید پدر آینده ام، همگن با طرز فکری بشم که منشااش رو یه مشت آتلانتیسی فاشیست میدونم؟ حتی فکر کردن به این قضیه هم آتش لذتی سادیستی رو درونم روشن میکنه و بهم امید میده که قراره تو زندگی بعدی هم

چندتا مرید و مرشد آتلانتیسی دیگه رو به جنون برسونم. شما پیرمردا و پیرزنای تخم آتلانتیسی، حتی اوناییتون که از این نژاد نیستید ولی افکارشون رو بلغور میکنید، توصیف کننده ی گرایش جنسی من هستید. چه چیزی لذت بخش تر از دیدن خفت کشیدنتون و ریده شدن به تلاش ها و درایتتون؟

داستان پاره شدن شما، به هزارتا رمان و فیلم سکسی می ارزه و شاید در زندگی بعدیم ازشون چندتا آلبوم پست راک و متال ساختم.

الکی هم ادای کسایی رو در نیارید که کلافه شدن؛ میدونم که کم پیش میاد یه آدم درست و حسابی روبه‌روتون قرار بگیره و آزارتون بده و بارها متوجه شدم که با من فانتزی های جنسی خاصی دارید.

.

.

.

ادامه ی بررسی سطح ۱۰۶

ساعت ۲ و نوزده دقیقه ی ظهره. در دنیای خواب میدیدم که درمورد سرنوشت چند فرد معمولی جامعه که تونسته بودن برحسب شانس، وارد سیستم پادشاهی بشن و ثروت زیادی به دست بیارن مرور میکردیم. دوستانم در ابتدا از شنیدن این داستان ها تعجب کردن اما در مجموع، نظرشون این بود که این افراد خیلی خوش‌شانسن و بخت و اقبال، بهشون رو کرده.

من زیاد در این مورد مطمئن نبودم. تصویر اون افراد رو در قصر پادشاهی، با لباس ها و ظاهر جدید میدیدم و میتونستم حس کنم این چیزی نبود که برای

آینده‌شون میخواستن. به اون موقعیت، نه خوشبین بودن و نه حس تعلق آنچنانی داشتن.

اونا میتونستن در دل جامعه، به واسطه ی هنر و مهارت خودشون، تجارب متنوع و جالبی به دست بیارن اما بودن در قصر، چالش های زندگیشون رو تغییر میداد و دست و پاشون رو برای انجام کارهای مختلفی می‌بست.

توی خواب‌های این سطح، یه الگوهایی هست که خیلی برام آشناست و حس میکنم خیلی تجربه اش کردم ولی هنوز نمی‌تونم راحت بگم که اسمش چیه.

.

.

.

توی خواب دیگه‌ای میدیدم که تبلتم داره داده و اخبار دریافت میکنه. اخباری که مایل به شنیدنشون هستم و باعث میشه از اوضاع دنیا، اطلاع پیدا کنم. در اون لحظه، چیزی باعث تعجبم شد. میدونستم که اینترنت چند روزیه محدود شده و نمیشه به اخبار جهان، مستقیما دسترسی پیدا کرد؛ به علاوه، میدونستم که اینترنت تبلتم رو قطع کردم و عملا نمیتونه وقتی خاموشه، سرخود، داده ای رد و بدل کنه.

در واقعیت هم چند روزیه که اینترنت محدود شده و ازونجایی که عملا دیگه برام کاربردی نداده، اینترنت تبلتم رو قطع کردم. من همیشه به خواب هام وابسته هستم و در کمترین حالت، برام نوعی سرگرمی ان که علاوه‌بر یاد گرفتن مهارت‌های روانی، بهم کمک میکنن تا با دوستانم ارتباط بگیرم و دنیا رو بیشتر بشناسم. با

این وجود، این چند روز با خودم فکر میکردم که آیا در نقطه‌ی درستی هستم یا نه؟ یعنی آیا در این حالت که نمی تونم با جامعه‌ی اطرافم کتاب و نوشته هام رو به اشتراک بذارم، زندگیم دیگه فایده و معنایی داره؟ و آیا عدم دسترسیم به داده‌هایی که سابقا در دسترس بودن، باعث میشه که چیز مهمی رو از دست بدم؟

این خواب بهم این حسو میده که دنیایی که در ارتباط باهاش به کارهام معنا میدم، خیلی بزرگتر از این حرفاست و ارتباط پیدا کردن باهاش، هیچوقت محدود به اینترنت معمولی نبوده که حالا بخواد با قطع شدن اینترنت، ارتباطم به هم بخوره.

پس من باید خوشحال و راضی باشم و قدر داده های ذهنی و شهودیم رو بدونم و خوشحال بودن در چنین موقعیتی، احمقانه نیست.

حدس میزنم سطح ۱۰۶، درمورد بلندنظری درمورد داده‌هایی هست که به واسطه شون به زندگی مون معنا میدیم. چیزی که ارزشش رو داره ولی ممکنه دیگران ارزشش رو نبینن.

با این وجود، باید بیشتر بهش فکر کنم و منتظر خواب‌های بعدیم هم میمونم.

.

.

.

نمیدونم امشب بابت اینکه حقوقم واریز شد و باهاش خرید کردم خوشحالم یا اینکه حس میکنم پدر آینده‌ام پیغام فرستاده و پیامش روشن و مثبته. برام عجیبه که هروقت سعی کردم خود واقعیم باشم و بعضا جدی و گوتیک جلوه کردم، اون امیدوارانه تر بهم نگاه کرده

و به گفت و گو مشتاق تر شده. من فکر میکردم در مورد آینده خوشحاله چون بچه‌ی لوسی قراره گیرش بیاد و میتونه نازشو بکشه و براش عروسک بخره.

چند وقت پیش خواب میدیدم که لباس مجلسی سیاهی پوشیدم و موهای سیاهمو با اسفنج، مدل دادم و دارم توی سالن، موسیقی ناراحتی رو اجرا میکنم. البته اینطوری نیست که ناراحت باشم، بیشتر این تم رو دوست دارم و درمورد اینکه یه موزیسین راک گوتیک باشم خیالپردازی های زیادی دارم.

توی خوابم میدونستم که با روگردوندن از سلیقه و ایده‌ی پدر آینده‌ام سراغ این موسیقی رفتم و میدونستم که اون طبیعت شاد و پرشوری داره. توی خوابم میدیدم که اون بدون اینکه بهم اطلاع بده به

اجرام اومده و میتونستم حس کنم از اجرام بدش نمیاد.

برای من که فکر میکردم اونو ناامید کردم و به بخت و اقبال و شهرت بزرگی پشت پا زدم، دیدنش در اون موقعیت، خیلی معنا داشت.

توی خواب دیگه ای میدیدم همون لباس و ظاهر سیاه رو دارم و با پدر و مادر آینده ام رفتیم کنار دریا. خورشید بعد از ظهر با هاله‌ب نارنجی رنگی می‌تابید و هوا خیلی خوب بود. پدرم میخواست به آب نزدیک تر بشه و شنا کنه ولی مادرم میخواست باهاش حرف بزنه. جدیت خاصی در حرف زدن داشت و انگار براش مهم بود که حرفشو بزنه.

حرفی که بهش زد یه چیزی تو این مایه ها بود:"لوسی نمیخواد با کسی رفاقت و صمیمیت داشته باشه و مشخصا یه فرد انزوا طلبه."

پدرم این حرفو باور کرد ولی اهمیتی نداد. از هاله اش میتونستم حس کنم که کاملا مصمم هست تا با من دوست بمونه و اهمیتی هم نمیده که چقدر بدبینم چون به حسن نیت و قابل اعتماد بودن خودش مطمئنه.

اون با خوشحالی به سمت دریا رفت و شنا کرد و من از این اعتماد به نفسی که داشت تعجب کردم.

حالا مدت زیادی از زمانی که فهمیدم اون چه ربطی به زندگی من داره گذشته و روزهای ابتدایی رو چندان به یاد نمیارم. اگر درست یادم باشه، یه شب خوابش رو دیدم و فرداش مدام هاله ی زرد و سفیدش رو

میدیدم. اولش فکر کردم یکی دیگه از پسرایی هست که عاشقم شدن ولی بعد حدس زدم که قراره بچه اش باشم و روحش اینو فهمیده و خوشحاله.

اون خوشحالی، محدود به روزهای اول نموند. شک و تردید و نگرانی و البته مزاحمت های زیادی رو تجربه کردم. هنوز هم به‌کرار، موجوداتی سعی میکنن به‌شکل اون ظاهر بشن و ذهنمو آلوده کنن ولی کم کم، کنترل اوضاع رو به دست گرفتم و دیگه فریب نمیخورم. معمولا در ابتدای آشنایی با یک روح، همچین اتفاقاتی زیاد میوفته ولی بعدش که به انرژی طرف حساس تر بشی، دیگه هیچ بدلی فریبت نمیده.

توی این مدت، سوالات زیادی درمورد زندگی بعدیم مطرح و جست و جو کردم و هنوز هم در حال جست و جو هستم. نمیدونم آیا این روال طبیعیشه یا نه.

یعنی مثلا شما موجودات ابعاد بالا، قبل از یک تناسخ، وقفه‌ای در ابعاد بالا دارید و زندگی بعدیتون رو بررسی میکنید؟ برام عجیبه چون من هنوز در یک زندگی زمینی هستم و با خودم میگم شاید حالا که درموردش مطلع شدم، درستش اینه در همین زندگی هم زندگی بعدیم رو بررسی کنم و براش آماده بشم.

گاهی دونستن، به طور مستقیم، سودی برای دیگران نداره. مثلا اگر واقعا تا یکسال آینده بمیرم، دونستنش صرفا به خودم کمک کرد که برنامه ریزی بهتری برای فرصت فعلیم داشته باشم و وقتمو صرف کارهایی نکنم که قرار نیست به کارم بیاد. مجبور نبودم نگران بعد از ۳۰ سالگی و پس انداز و موقعیت اجتماعیم باشم و وقت بیشتری رو صرف کتابام کردم.

اینکه میدونم مقصد بعدی کجاست هم چیزی نیست که مستقیما به درد بقیه بخوره بلکه به خودم کمک میکنه که براش آماده بشم و البته امید معقولی به آینده ببندم. تا قبل از این جریانات، فکر میکردم که بعد از زندگی فعلیم، فرصتی پیش میاد که با سامحو زندگی کنم ولی الان حس میکنم که اون هم به تناسخ جدیدش رفته و دیدار بعدیمون احتمالا در همین سیاره و در قالب بشر زمینی خواهد بود.

.

.

.

ادامه‌ی بررسی سطح ۱۰۶

ساعت ۵ و نیم عصره. دیشب هم برای شناخت بیشتر سطح ۱۰۶ تمرکز کردم. در دنیای خواب میدیدم که با

یه گروه دوستی دخترونه آشنا شدم که البته بعضی‌هاشون ترنس بودن. یعنی مردهایی بودن که با ظاهر دخترونه میگشتن.

درابتدا زیاد مایل نبودم باهاشون همراه بشم چون اتمسفرشون برام هیچ معنایی نداشت و درنظرم آدمای سطحی نگری بودن که برای وقت تلف کردن و خوش گذرونی، فرقه تشکیل دادن. ولی به خودم سخت نگرفتم و با جمعشون همراه شدم. اونا پارتی دخترونه گرفتن و با یه دختر بلوند، رابطه برقرار گرفتم و رسما دوست دخترم شد.

بی پروایانه وارد رابطه شدم و این درحالی بود که بهش حس رمانتیک خاصی نداشتم و صرفا به لحاظ جنسی برام جالب بود. حتی نگرانی زیادی درمورد

بیماری جنسی داشتم ولی بدون معاینه ی خاصی، باهاش ارتباط گرفتم.

شاید این ریسک، بهم آسیبی نزد و بیماری جنسی خاصی نگرفتم اما اون رابطه و تداومش، تغییرات زیادی در زندگی من به وجود آورد. اون رابطه برام هیچ معنایی غیر از لذت جنسی نداشت و طرف مقابلم هم تمایلی به تعهد نشون دادن نداشت. بهش گفتم با هر پسری میخوای رابطه بگیر و برای اینکه بیشتر هم از رابطه ات لذت ببری، نیازی نیست بهم اطلاع بدی که داری این کارو میکنی، اینطوری جالب تر هم میشه.

باهاش درمورد تعهد مذاکره نکردم چون دوستش نداشتم و اون رابطه، بیشتر منو شبیه یک حیوون علاقه مند به رابطه ی جنسی کرد که فقط انگیزه اش در همین موضوع خلاصه میشد.

حس میکردم به لحاظ روانی، تا لبه ی پرتگاه میرم و خودمو در معرض اضطراب و درگیری و سردرگمی‌های متعددی قرار میدم.

وجه مشترک خواب های این سطح، رو به رو شدن با موقعیتی هست که معناش رو نمیشه در ظاهرش جست و جو کرد بلکه باید به درون افرادی که باهاش مواجه هستن رجوع کرد و فهمید که چه تجربه ای براشون خلق میکنه.

به نظرم این موقعیت ها در ظاهر و به خودی خود، خوب یا بد جلوه نمیکنن بلکه باید دید چه سودی به افراد درگیر میرسونن. یک وضعیت ممکنه درظاهر، زیبا و سرگرم کننده باشه اما تجربه ای منفی برای فردی محسوب بشه که در معرضش قرار گرفته. درک نفع و ضرر موقعیت، تا حد زیادی منو یاد مفهوم دارما

میندازه؛ از این بابت که در دارما هم فرد با دنبال کردن تجاربی که برای خودش مناسب و سازنده است میتونه رشد کنه.

نمیدونم این عنوان مناسبی هست یا نه ولی اسم این سطح رو میذارم: درک منفعت و ضرر موقعیت

.

.

.

بررسی سطح ۱۰۷

ساعت ۱۲ و چهل یک دقیقه‌ی شبی بسیار سرد و زمستانیه. برخلاف دیشب که بارون می اومد و آسمون پر از ابر بود، امشب هوا صاف و پر ستاره تر از

همیشه است. ماه تقریبا خاموشه و سکوت و تاریکی خوش‌آیندی حاکمه.

مطمئن نبودم که زمان مناسبی برای رفتن به سراغ سطح ۱۰۷ باشه اما دیشب برای شناختنش تمرکز کردم. در دنیای خواب میدیدم که برای کاری به داخل حیاط رفتم. در اونجا چند تا گربه دیدم که به زبان خودشون در حال گفت و گو هستن. برام عجیب بود که میتونم حرفاشون رو درک کنم اما زمان خوبی برای خودنمایی نبود. یکی از گربه‌ها وقتی فهمید که میتونم حرفاشون رو درک کنم، نگاه خیلی بدی بهم انداخت و میتونستم حس کنم که قراره بهم حمله کنه. یکم خواهرم رو صدا زدم و سمت در ورودی دویدم ولی انرژی منفی اون گربه، امنیتم رو به خطر انداخت.

نمیدونم این خواب ربطی به این سطح داره یا صرفا هشداری برای زندگی روزمره ام بود، فقط محض احتیاط نوشتمش.

.

.

.

سلام جناب سامحوی عزیزم

بعد از مدت ها، اعتماد به نفس این رو پیدا کردم که برات نامه ای بنویسم چراکه حس میکنم تصویر واضح تری از تو و احساسات درونیت دیدم که به‌مراتب، برام قابل اعتمادتر از تصاویر پشت ذهن و شهودات روزانه ام هست. چه درست و چه غلط، بهتر دیدم که درمورد اونچه که مشغول تجربه اش هستم صحبت کنم.

امشب که سعی کردم مثل مورتیشیا آدامز آرایش کنم، جای شما خیلی خالی بود که واکنشت نسبت به یکی دیگه از میکاپامو ببینم. هرچند مثل مورتیشیا زن باریکی نیستم و اون مدل مو هم بهم نمیاد اما از وقتی که با تو هستم، بیش از پیش به لباس های سیاه، علاقه پیدا کردم. سبک آرایش مورتیشیا در نسخه ی ۱۹۹۱ خانواده ی آدامز چند ایراد داشت منجمله استفاده از رژ لب بیش از حد تند شارپ، بدون سایه سازی و آمبره کردن که با اون لب نخی، زیاد ایده‌ی خوبی نیست. همچنین سایه چشمش ترکیب افراطی و نه چندان جالبی از دو رنگ سفید و سیاه بود که اون رو بیشتر به یک شخصیت کمدی تبدیل میکرد تا یک شخصیت جادوگر مسلک.

هرچند این اتمسفر فعلیم زندگیم، چیزی نیست که هرگز برای کسی آرزوش کنم اما در حال حاضر، ازش تا حد زیادی راضی هستم و دارم ازش سود میبرم. برای تو آرزوش نمیکنم چون میدونم خواسته ها و عاداتت خیلی فرق داره و اهداف متفاوت تری رو ترجیح میدی دنبال کنی، اما من اینجا میتونم تا حد زیادی در سکوت و آرامش و رها از تنش های زندگی مدرن باشم و به نوشتن و مطالعه ادامه بدم.

هرچند گاهی برای رفتن بی قرار میشم اما وقتی با دقت نگاه میکنم، دارم از این وضعیت هم سود خوبی میبرم. دلتنگ شما هستم ولی چند ساله که داستان همینه و حس میکنم دلمشغولیت اینه که صرفا از اینجا خارج بشم؟ چون شاید فکر میکنی اینجا مایه ی رنجمه.

فقر برای من چیز غریبی نیست و در گذشته، فقر و کمبودهای شدیدتری رو تجربه کردم. اتفاقا الان وضعیتم بهتر شده. و باور کن که حقم بود و هیچوقت یادم نمیاد که استعداد و اراده ی پول درآوردن و در فراوانی زندگی کردن رو داشته باشم.

من دوباره تو رو در پالتوی بلند سیاه رنگت دیدم و از دیدنت خیلی لذت بردم. هیچوقت تا حالا در ظاهری ندیدمت که درنظرم معمولی یا زشت باشی و همیشه درنظرم فوق العاده زیبایی. حس کردم که تو رو در هاله‌ی زردی دیدم که برام تصویری از انرژی معنوی زیادی هست که به دست آوردی. شاید حرفم نژادپرستانه جلوه کنه ولی هنوز هم برام عجیبه که یک رپتایل معنوی رو میبینم. خوش آینده، امیدوار

کننده است و چقدر هم که بهت همه ی چیزهای خوب میاد.

به عنوان فردی که بارها عشق و دلتنگی رو به طور همزمان و برای مدت های طولانی تجربه کرده، فکر میکنم که دنیا هیچ ارزشی برای دلتنگی قائل نیست و این احساسات، به عنوان اهرمی برای تغییر خود ما عمل میکنن، نه نزدیک کردنمون به افرادی که واقعا دوست داریم در کنارشون باشیم. منظورم اینه که ما در زمانی که امکانش فراهم بشه می‌تونیم درکنار هم باشیم و میزان دلتنگی، تاثیری روی کم شدن این زمان نداره اما جنس احساساتی که در طول این مدت داریم، قطعا ما رو تغییر میده.

.

.

.

ادامه ی بررسی سطح ۱۰۷

ساعت ۴ و بیست و شیش دقیقه ی شبه. امشب هم برای شناخت بیشتر سطح ۱۰۷ تمرکز کردم. در دنیای خواب میدیدم که پدر یک خونواده مرده و تازه بعد از مرگش مشخص شده که فساد و خیانت هاش، چقدر به خانواده و ثروتی که میتونستن به ارث ببرن ضربه زده.

اون با بدهی های زیادی مرد و این فقط بخشی از رنج و مشکلاتی بود که با مرگش به خونواده اش رسید. اتفاقی که انتظار میرفت خانوادهی اون مرد ناخوش‌آیند رو در موقعیت خوش آیندی قرار بده و خوشبخت‌ترشون کنه، عملا تبدیل به وضعیت ناخوش‌آیند و بدی شد.

قبرستان اون شهر، وسعت خیلی زیادی داشت. خانواده و فامیل، برای رفتن سر قبر مرده شون، پروسه‌ی خاصی رو طی میکردن. اونها تا دم در قبرستون میرفتن و از اونجا سوار یکی از اتوبوس‌های قبرستون میشدن تا خودشون رو به قبر مورد نظر برسونن. این پروسه برای افراد بالغ جذابیت نداشت اما بچه‌های از همه جا بی‌خبر، خیلی ازش لذت میبردن و ضمن در کنار هم جمع شدن و بازی کردن، در طول مسیر، به یک کارتون یا قسمتی از سریال کمدی نگاه میکردن. راننده ی اتوبوس، درمورد اینکه چی تماشا کنن، با بچه ها به توافق میرسید.

خواب ورق خورد و میدیدم که در دل یک جنگ بی‌رحمانه حضور دارم. افرادی که باهاشون می‌جنگیدیم از نژاد و زبان دیگه ای بودن. افراد

بالادستی ما، علاقه مند به خشونت به نظر میرسیدن و زیر دستاشون رو دعوت به رفتار تند و بی رحمانه میکردن. یکی از هم تیمی های ما، سرباز ترسو و فرمانبرداری بود و همین بزدلی، باعث میشد که فرمانده ها ازش برای کارای بی رحمانه و خشن تری استفاده کنن.

یه روز کنار رودخونه، یه سرباز دشمن رو بارها با دسته‌ی اسلحه‌اش زد و بدن بی‌جونشو توی آب انداختن تا بره.

هم تیمی ما میتونست این کار رو نکنه و درگیر کارهای بی مورد و پر از خشونت نشه اما فکر میکرد بقا در اینه که از حرفای بالا دستیش، هرچند مطابق میلش نباشه، اطاعت کاملی به عمل بیاره.

من یه سرباز بودم و بعد از دیدن این صحنه، فرار کردم و راه خودمو رفتم. دنبال جسد اون سرباز دشمن رفتم چون حس کردم زنده است و واقعا هم زنده بود. هم سن خودم به نظر میرسید و بدن لاغری داشت. دندونای درشت و کج و کوله ای توی دهانش بود و چشمای درشت مشکی داشت. میشد حس کرد که برخورد آخر هم تیمی های من، تاثیر بدی روی ذهنش گذاشته و اونو بدجوری از انسان ها ناامید کرده. اونها میتونستن بهش یه تیر خلاص بزنن ولی تحقیرش کردن و به جسدش توهین کردن و با ضربه های پیاپی، سعی کردن زجرکشش کنن.

وقتی از آب گرفتمش، با هم دوست شدیم. اون زبون من رو میفهمید و میتونست صحبت کنه. تا جایی که بتونه هم‌نژاداشو پیدا کنه راه رفتیم. اتوبوس

هم‌نژاداش داشت می اومد و من گفتم: باید قایم بشم که یه وقت منو نکشن.

ما با هم خداحافظی دوستانه ای داشتیم و معاشرت با این مرد، تاثیر زیادی در تغییر نگاهم به جنگ گذاشت.

من دیگه به میدون برنگشتم و به روستای دور افتاده‌ای رفتم. شاید روستای پدریم بود، نمیدونم. در اونجا، مردم روزگار آرومی رو میگذروندن و اخبار جنگ رو دورادور میشنیدن. گاهی از خودشون میپرسیدن: آیا ممکنه جنگ به اینجا هم برسه؟

ولی هیچ وقت به حدس مثبتشون بهایی نمیدادن. اونها جنگ رو از نزدیک ندیده بودن و ایده ای هم نداشتن که چجور ممکنه بهشون برسه و زندگی روزمره‌شون رو تماما درگیر خودش کنه.

توی یک شب آروم، نیروهای نظامی زیادی وارد روستا شدن و خونه به خونه گشتن. نمیدونم دنبال چی میگشتن ولی حس میکنم همه رو کشتن.

حس بدبینی تموم نشدنیم، کمک کرد که قبل از اومدنشون، راه فراری برای خودم بسازم. با توجه به اوضاع جنگی، شب ها کنار اون راه خروج می‌خوابیدم و اون شب، به محض اینکه صدای پای غریبه ها رو شنیدم، پا به فرار گذاشتم و به دل جنگل و دره و کوه زدم.

نکته این نیست که من نجات پیدا کردم، نکته اینه به وضعیتی که عمدتا بهش خوشبین بودن، بدبینیمو حفظ کردم.

الگوی مشترک این خواب ها همینه. خلاف جهت رفتن، به خودی خود کار قابل تشخیصیه؛ یعنی میشه درک

کرد که کدوم جهت، خلاف جهت جمع به حساب میاد ولی بحث اینه که کی لازمه و میتونه سودمند باشه؟ و فکر نمیکنم این سطح لزوما درمورد لزوم خلاف جهت رفتن باشه بلکه احتمالا درمورد دیدن اون روی سکه ای هست که سعی در پنهان شدن داره.

این سکه، روی دیگه ای هم داره که متفاوت با این طرفش هست. حتی تجسم اینکه بعضی سکه ها روی متفاوتی دارن هم سخته. مثل تصوری که انسان ها از اون سوی مرگ دارن. برای بعضی ها این اتفاقی تراژیکه که زندگی رو با پایان و نیستی رو به رو میکنه و بخش زیادی از زندگی رو بی ارزش جلوه میده ولی برای بعضیا اتفاق مثبتی تلقی میشه.

مادرم فکر میکنه که اگر زود بمیرم، اتفاق تلخ و عذاب آوریه و فرصت زندگی رو از دست میدم، و زندگی

بی‌رحمانه باهام تا کرده؛ ولی درنظرم این مرگ زودهنگام، حتی اگر به زندگی جدید و بهتری هم ختم نشه، کمک میکنه بار مسئولیت ها و کمبودهای زندگی فعلی از دوشم برداشته بشه. همچنین من فکر میکنم از فرصت فعلیم هم نهایت استفاده رو بردم. از کتاب نوشتن و مطالعاتم راضی ام و حس میکنم بهترین میراثی که از دستم بر می اومد رو از خودم به جا گذاشتم.

همچنین خوشحالم که مجبور نیستم با دوره ی پیری رو به رو بشم و از فرط تنهایی، سراغ ازدواج و بچه‌دار شدن یا شغل خاصی برم چون پذیرش چنین مسئولیت هایی در چنین جامعه ای خیلی سخته. معمولا برای فردی سخت نمیگذره که اهمیتی به رنجی

که برای دیگران درست میکنه نمیده و فقط به فکر خوشی خودش هست.

.

.

.

جا داره درمورد سطح ۱۰۷، مثل برخی سطوح قبلی، مجددا به این موضوع اشاره کنم که فرقش با سطوح دروغ چندلایه یا مفاهیم مشابه چیه. موقعیتی که در اینجا بهش اشاره میشه، درمورد حقایقی نیست که عمدا پنهان شده و درکش وابسته به مفهوم اتمسفره. شبیه سکه بودن موقعیت، نتیجه ی جریانی هست که کلیتش توسط انسان برنامه ریزی نشده بلکه پیامد اتفاقات و تصمیمات مختلفه.

روی پیدای سکه، برای رد گم کنی و بی اهمیت جلوه دادن روی پنهانش ایجاد نشده بلکه دو رو بودن، طبیعت خاص موقعیتی هست که درونش قرار میگیریم. انگار که موقعیت ها صاحب هویت خاص خودشون هستن اما به جای اینکه یک شخص پشتشون باشه، نتیجه ی تصمیمات و اعمال انسان‌هان. یک موقعیت سکه ای میتونه نتیجه‌ی خوشبینی یا بدبینی بیمارگونه باشه که برای مدتی تداوم پیدا کرده.

این خیلی جالبه که خوشبینی و بدبینی، به خودی خود نه مثبتن و نه منفی، و مطالعه ی سطوح تکاملی، منو با سطوح جدیدی از بدبینی سالم آشنا کرد. حس میکنم بدبینی هم یکی از اون مفاهیمیه که بیش از حد منفی جلوه داده شده و نابهنجار توصیفش کردن، اما در جریان مطالعه ی سطوح تکامل روانی، میبینم که

هیچ سقفی براش وجود نداره و بدبینی بسته به موقعیت، میتونه مثبت یا منفی باشه. و اتفاقا این یک قدرت ذهنیه که بشه اونقدر که لازم و حیاتیه، به چیزی بدبین بود که واقعا ارزشش رو داره. گاهی پدیده هایی وجود دارن که بیشتر از حد عرف بدبینی، لازمه بهشون بدبین بود تا بشه از عوارض احتمالیشون نجات پیدا کرد.

به عنوان فردی که حس میکنم به نوعی از پارانویا دچار هستم، درک این مفاهیم خیلی لذت بخشه چون بهم این حسو میده که قدرتم در بدبینی، به خودی خود ایرادی نداره و فقط لازمه بدبینی های بیمارگونه و بهنجار رو از هم تشخیص بدم. من میتونم با گذر از این مشکل، همچنان بدبینانه ترین تحلیل ها رو دنبال کنم و فقط این تحلیل ها رو متوجه موضوعاتی کنم

که ارزشش رو داره. دوست دارم همیشه یه آنتن دستم بگیرم و چیزایی رو پیدا کنم که میشه بهشون بدبین بود ولی ظاهرشون نرمال یا مثبته. بعد شروع کنم درمورد خطرات احتمالی و نابهنجاری هاشون تحقیق و افشاگری کنم.

هرچند مردم معمولا به منتقدهای بدبین روی خوشی نشون نمیدن ولی این کار بهم آرامش و احساس امنیت روانی میده و حس میکنم سطح مصونیتم از اتفاقات بد و به ظاهر ناگهانی رو افزایش میده.

.

.

.

سلام آقای صادق هدایت عزیز، امیدوارم حال خوشی داشته باشی.

برات نامه نوشتم چون حس کردم هاله تو دیدم. نمیدونم بابت اینه که قهوه خوردم یا پرستاره تر بودن آسمونه که حساسیتم به انرژی بیشتر شده. شاید هم قضیه اینه که شما تغییری کردی. درنظر من خیلی هاله‌ات منظم و متراکم تر شده و شبیه روحی شدی که قدش داره به سقف آسمون میرسه.

هر کی که تو رو کمی بشناسه به راحتی به این نتیجه میرسه که حق تو داشتن شادی بیشتری هست و دیدن هر نوع بهبود کیفیت احوالاتت، قطعا برای بنده هم خوشحال کننده است.

آیا تغییرات اخیر اتمسفر وطن سابقت در این سیاره باعث شده نگاهی به این سمت بندازی یا صرفا با دوستانت در زمین مکاتبه ی معمول داری؟ می‌تونم تصور کنم که دوستان دیگه ای هم داری.

من این مدت از فرط بیکاری یه مشت کتاب خوندم. بعد از مدت ها کتاب داستانی خوندم. ادبیات قلمبه سلمبه ی فارسیشون خیلی توی ذوقم زد و منظورم اینه که ادبیاتشون از کتابای تو هم سنگین تره. کتابای تو هنوز چندان سنگین به حساب نمیاد و شاید بتونه به راحتی برای چند نسل دیگه هم قابل خوندن باشه ولی نثر سنگین، در کتاب نویسنده های جدید هم رایجه. یعنی اینطوریه که موقع خوندنشون حس میکنی پای درس یه استاد دانشگاه گنده گوز و مغرور نشستی که هیشکیو آدم حساب نمیکنه و حتی تلویزیون هم نگاه نمیکنه که یکم با فرهنگ عمومی آشنا بشه.

یه کتاب از ساموئل بکت و یه کتاب از کافکا رو شروع کردم. حس میکنم کافکا از جمله نویسنده هایی بود

که مطالعه شون میکردی. من خوشم از کار هیچ کدومشون نیومد و به نظرم زیاد اشتیاق داستان‌سرایی و ساخت اتمسفر رو ندارن. درگیر شدن با اتمسفر، مثل پیچیده شدن در پالتوی نویسنده است. اگه یه رمان در بیابان سپری بشه، گرما و خشکی هوا رو حس میکنم، حتی اگر اون رمان رو در شبی زمستونی بخونم. اگر در دریا سپری بشه، ممکنه حس دریا زدگی بهم دست بده. فکر میکنم خیلیا همینطوری داستان میخونن.

یه مشکل دیگه ای که با کافکا دارم اینه که حس میکنم خیلی در خدمت مردستیزیه. شاید درنظرت خنده دار بیاد ولی حتی بسیاری از علاقه مندای کافکا، بهم این حسو میدن که بیشتر از دغدغه ی انسان بودن، درگیر نقش جنسیتیشون هستن. اونها معمولا

شامل مردایی میشن که ترجیح میدن بگن قربانی زندگی شدن تا مجبور نباشن بگن قربانی مرد بودن و تعریف عرفی رایج از مرد بودن شدن، چون اون وقت مجبورن با مردستیزی سیستماتیک هم بجنگن. هنوز مبارزه با زن ستیزی هم برای مردها زیاد خوش آیند نیست چه برسه بخوان کلمه ی مردستیزی رو به شکل مستقیم به زبون بیارن.

بله بعضی از نویسنده ها به شکل غیر مستقیم، با گزاره های درست یا غلط، درمورد مشکلات مردان صحبت کردن ولی یکی مثل کافکا، تصویری از مردی با حساسیت بالا نسبت به مشکلات مردان هست، اما به جای اینکه با مردستیزی سیستماتیک بجنگه، خودش رو قربانی و درگیر افسوس نشون میده؛ افسوس بابت اینکه نتونسته انتظارات عرفی از مرد بودن رو برآورده

کنه. این چیزی نیست که ارزش افسوس خوردن داشته باشه.

شاید با خوندن این حرفا خودتو باهاش مقایسه کنی چون احتمالا یک زمانی با خوندن کتاباش فکر کردی که خیلی شبیهشی. اتفاقا حس میکنم تو وب فارسی هم خیلیا آثار تو رو کنار امثال کافکا قرار میدن اما شاید فقط ظاهر هاله تون شبیه باشه.

حداقلش اینه که داستانات اتمسفرسازی خوبی دارن. تصویرسازی های بوف کور، هنوز هم با همون کیفیت دفعه ی اولی که خوندمش برام زنده است. غم انگیز و کمابیش بیمارگونه اما راک و شاعرانه. خوشرنگ و اورجینال با توصیفی مردانه.

درکت کرده باشن یا نه، همونقدر که بقیه میگن فوق العاده ای. قدر خودت رو بدون و به گذشته برنگرد.

دنیا خوشحاله که آدمایی مثل تو رو به خودش میبینه. حیف از موجود قد بلندی مثل تو نیست که بخواد به سطح ۷ و ۹ تکامل برگرده؟

بله من دارم به آمریکا میرم و خیلی آدم خفنی شدم. شاید دیگه وقت نکنم باهات حرف بزنم و بعدشم کلی مشغله و کار بابت موزیسین شدنم پیش میاد. امیدوارم در دوره ی گذارم به زندگی بعدی، مراقب خودت باشی و دوستان فوق العاده ات رو نگران خودت نکنی. گرچه میدونم هیچکدوم از دوستات به خوبی من نیستن. یه تقی به توقی خورد و توی زندگی فعلی به بیداری رسیدم و مطالعه داشتم ولی ممکنه دیگه هیچ وقت هم دوباره به بیداری نرسم و همچین هویتی پیدا نکنم. آدم میره و خودشو فراموش میکنه. تاسفی بابت پشت سر گذاشتن زندگی فعلیم ندارم اما

نگران این هستم که در زندگی بعدیم، ناآگاهانه و در تاریکی پیش برم.

نیازی هم نیست بیشتر از این صحبت کنم ولی شاید اگر مطمئن بودم که چیزی مثل تعلقات من به لمورین‌ها رو در زندگیت داشتی، این صحبتو بیشتر ادامه میدادم و میگفتم که امیدم به چی هست.

برات عشق خیلی زیادی رو آرزو میکنم. عشقی ریشه‌دار و با ارزش که هرگز تو رو به حال خودت رها نکنه و هر بار مثل فنر، به سمتش کشیده بشی. چیزی که بهت رنجی غیر از دلتنگی های موقت نرسونه و حتی بعد از گم شدن های طولانی، به یادت بیاره که کی بودی و میخواستی به کجا بری.

.

.

.

ادامه ی بررسی سطح ۱۰۷

ساعت ۲ و سی و دو دقیقه ی ظهره و دیشب هم برای شناخت بیشتر سطح ۱۰۷ تمرکز کردم. خوابای این سطح درنظرم خیلی متشنج و داغون هستن.

در دنیای خواب میدیدم که چین کمونیستی، سه جاسوس اهل کره ی جنوبی دموکرات رو گرفتن. از چسم جاسوس ها به وقایع نگاه میکردم. اونها جلوی دوربین قرار گرفتن و بازجویی شدن اما شرم خاصی رو تجربه نمیکردن. کمونیسم درنظرشون یه ایده ی نابهنجار و سوخته بود و مبارزه با چنین سیستمی، براشون کاملا منطقی و توجیه شده بود.

یکیشون یه دختر جوان قد کوتاه با صدای نازک بود که کمی از موقعیت میترسید. حین فرآیند مورد

قضاوت قرار گرفتن و بازجویی، اتمسفر اطرافش تغییر کرد. نگاهی به آسمون شب انداخت و تصویر واضحی از ستاره ها و پدیده های آسمانی دید. حس میکرد حتی جزئیات اشیای پرنده مثل هواپیما، به چشمش واضح هست.

به بازجو گفت نمیدونم بینایی من بهتر شده یا به خاطر آسمون تمیز اینجاست که میشه اینقدر آسمون رو واضح دید.

بعد برگشت و نگاهی به پشت سر بازجو انداخت. روی سکوی حیاط، یه بچه شیر سفید نشسته بود. دیدن یه شیر میتونست به خودی خود عجیب باشه اما شیر سفید، اسرارآمیزتر هم جلوه میکرد.

"اون یه شیر سفیده؟"

بازجو هم برگشت و متوجه شیر سفید شد و در ادامه، پدر شیر سفید، با یال های پرپشتش ظاهر شد. اون تهدیدکننده به نظر میرسید.

فضا تغییر کرد و بازجو هم پا به فرار گذاشت. جاسوس هم به نوبه ی خودش ترسید و فکر کرد که بهتره برای نجات جون خودش کاری کنه. اون یواش یواش و با هدف عدم تحریک شیر سفید، به سمت اتاقکی رفت و در رو بست.

از پنجره، به حرکات شیر نگاه کرد. شیر پدر، دنبال بقیه میگشت و اصلا به سمت جاسوس نیومد.

شیر درنظرم تصویری از یک سیستم متفاوت با کمونیسم مثل سیستم پادشاهی هست که در اینجا ظاهر شد و اتمسفر جامعه رو تغییر داد. چیزی مثل پادشاهی ژاپن که تنش های خودشو با چین داره.

جاسوس، روی دیگه ی سکه ی موقعیت رو نمیدید. اون در ابتدا به عنوان یه جاسوس اسیر شد ولی این وجه رو ندید که مبارزه اش و حتی گیر افتادنش، محرکی برای واکنش دیگران به سیستم کمونیستی چین هست. اون فقط خودش رو یه جاسوس شکست خورده میدید که نتونسته ماموریتش رو با موفقیت تموم کنه و حالا در معرض رنجه.

در زمان دیدن شیر سفید هم حس کرد فقط در معرض یه دردسر و تهدید جدیده اما این شیر، موقعیت رو برای فرارش فراهم کرد و اون رو به حاشیه ی امنی کشوند.

حس میکنم دلیل فضای متشنج خواب های اخیرم اینه که این درس ها تا حد زیادی برام تازگی دارن و

یادگیریشون با توجه به چالش هایی که تجربه میکنم، ضروری و مفیده.

.

.

.

"دیدن اون روی سکه‌ی موقعیت"

این سطح رو تموم میکنم و امشب برای بررسی سطح ۱۰۸ تمرکز میکنم.

.

.

.

بررسی سطح ۱۰۸

ساعت ۵ و سیزده دقیقه ی عصره. دیشب برای شناخت بیشتر سطح ۱۰۸ تمرکز کردم. در دنیای خواب

میدیدم که توی یک جامعه ی عجیب و غریب و تاریک هستم. اونها روابط عجیبی داشتن و تم زندگیشون سیاه بود. زیاد خوشم ازشون نمی اومد ولی مجبور بودم باهاشون کنار بیام.

یکروز دوتا گروهشون جمع شدن تا با هم اختلاط کنن. با هم اختلاف هایی داشتن و قصد داشتن همدیگه رو راضی کنن.

اونها همه لباس های سیاه داشتن، ساختمون های بلند سیاه و آسمون هم پر از کلاغای سیاه بود.

برای خودنمایی، شروع به آواز خوندن کردم. اینطوری نبود که از هنر بدشون بیاد. اونجا سالن خوبی برای اجرا داشت و بهم این فرصتو دادن که بخونم. اولش خواستم با صدای عادیم بخونم ولی حس کردم نمی‌تونم کارو تمیز دربیارم پس با صدای روحم

خوندم. تا حد زیادی، به صورت ناخودآگاه خوندم و دنیا درنظرم طلایی رنگ شد. اون موسیقی نوستالژیک و ناراحت، درنظرم پراحساس و طلایی شد. برام عجیبه که اینقدر خوب از آب در اومد چون بارها اون شعر رو خونده بودم ولی این دفعه، از همیشه بهتر شد.

بعدش با لیدر گروه مقابل، به صورت خصوصی حرف زدم. فکر نمیکردم از موسیقیم اینقدر خوششون بیاد ولی به دلشون نشست. من از تیم خودم خوشم نمی‌اومد و حتی حاضر بودم به ضررشون کار کنم و به نحوی با اون موسیقی، لیدر طرف مقابل باور کرد که مثل اطرافیانم فکر و زندگی نمیکنم.

بهش گفتم که میتونم برات اسامی و اطلاعات بیشتری پیدا کنم. امیدوارم دوستیمون ادامه دار باشه.

.

.

.

ساعت ۶ و سی و چهار دقیقه ی صبحه و به تازگی از خواب بیدار شدم. دیشب هم برای شناخت بیشتر سطح ۱۰۸ تمرکز کردم و خواب های متعدد و دور و درازی دیدم.

در ابتدا یادم میاد که تلویزیونو روشن کردم و زنی رو دیدم که در حال اجرای یه برنامه ی صبحگاهیه. ظاهرش خیلی عجیب جلوه میکرد. یه بیکینی ساتن خوش مدل سبز با روبدوشامبر توری سبز پوشیده بود. پوست سفید نرم و بدن خاصی داشت و موهای مشکیشو حسابی صاف کرده بود.

اونقدر تعجبم شدید بود که بقیه صدای من رو شنیدن. خانواده ام برای دیدن تلویزیون اومدن و درموردش حرف زدیم. گفتم: "خوشحالم که شما هم اون صحنه رو دیدین وگرنه فکر میکردم توهم زدم."

بعدش براشون درمورد اتفاقی که اخیرا برام افتاده و یه پیشنهاد ازدواج صحبت کردم. من یه پیشنهاد از طرف یه مرد نسبتا پیر و شاعر داشتم. اون شعرای مزخرفی میگفت و ما مدتی حرف زدیم و گاهی برای تکمیل اشعارش ایده میدادم. اصولا نقش زیادی نداشتم ولی اون بهم پیشنهاد ازدواج داد و منو همصحبت مناسبی دید.

ازونجایی که کمی منو میشناخت و میدونست حوصله‌ی زن خونه شدن رو ندارم، سعی کرد سناریوشو جوری بگه که توجهمو جلب کنه. گفت تمام

عمرش مجرد بوده و چند سال پیش، برای این ازدواج کرده که بتونه از مزایای شغلی بیشتری بهره ببره و ازدواجش بیشتر جنبه ی فرمالیته داشته و حاضره زن فعلیشو به خاطر من طلاق بده.

من در اون لحظه بهش اوکی دادم اما بیشتر از ترس اینکه بلایی سرم بیاره این کارو کردم. بعدا هم راهی پیدا شد که ازش فرار کنم.

خونواده ام عقیده داشتن که پیشنهاد احمقانه ای به‌حساب میاد و آدم ارزونیه؛ اما درنظرم آدم ارزونی نبود. اون جذابیت خودشو داشت و درعین حال، خطرناک و غیر قابل اعتماد بود و اصلا دوست نداشتم ازم کینه به دل بگیره.

خواب ورق خورد و در همون اتمسفر، دوست دوران دبیرستانم رو پیدا کردم. اونو از کامنتی که توی یه

سایت گذاشته بود شناختم. درمورد علایق و سلایقش حرف زده بود و از انرژی و حرفاش فهمیدم همکلاسی سابقمه و شانس اینو دارم که پیداش کنم.

من دوستش داشتم اما منطقم میگفت که ارزش نداره پیداش کنم و دیگه نمی تونه دوست خوبی برام باشه و مثل بقیه‌ی همکلاسی هام که در بزرگسالی پیداشون کردم، فرد متفاوتی شده که مناسب رفاقت با من نیست.

مدتی گذشت و به دانشگاه رفتم. دانشگاه کسل کننده و مزخرفی بود ولی به خاطر دخترها و پسرهای جذابش، سعی کردم کمی بیشتر تحملش کنم. درابتدا فرد خجالتی ای بودم و زیاد با کسی معاشرت نمیکردم. لباسای گل و گشاد میپوشیدم و بی سر و صدا، رفت و آمد میکردم.

یه روز درست یادم نیست چیشد که از یه پسر عصبانی شدم و به طور غیر مستقیم، حرف بارش کردم. ولی اون ضمن اینکه به شکل نیمه لاس داری جوابمو داد، باعث شد حس کنم ظاهرم براش جذابیت داره.

بعد از اون، لباسای اندازه ی خودم و کفش پاشنه بلند پوشیدم و به ظاهرم رسیدم و با اعتماد به نفس بیشتری، به گشت و گذار در دانشگاه ادامه دادم. حالا دیگه کمتر از پسرا خجالت میکشیدم و از هر فرصتی برای دید زدنشون و گشتن در محوطه های مختلف دانشگاه استفاده میکردم.

از خیابون های اطراف خوابگاه پسرا و محوطه ی نزدیک غذاخوری خیلی بدم می اومد، چون اونطرفا رو حسابی کثیف میکردن و آشغال غذاهاشون رو روی

زمین میریختن. تصور اینکه پسرای مورد علاقه ی من توی همچین محوطه هایی میگردن و مناظر روزشون همچین چیزایی هست، باعث میشد که جذابیتشون درنظرم کم بشه. من آدم پولداری نبودم ولی پول خرج کردم و چند نفر رو برای تمیزکاری اون اطراف استخدام کردم و فروتنانه از مدیریت دانشگاه خواستم که اگر مثلا خواست ازم به صورت علنی یاد کنه هم اسمم رو افشا نکنه. مثلا فقط بگه چه رشته‌ای هستم.

اونا فکر میکردن علاقه مند به کار خیر هستم و هم رشته‌ای‌هام فکر میکردن فرد پولداری توی کلاسشونه. هیچکس نمیتونست حدس بزنه که فقط برای اینکه جذابیت پسرا درنظرم کم نشه اون کارو کردم و کار خیر و این داستانا، پشیزی برام اهمیت نداره.

یکروز داشتم توی یکی از محوطه ها قدم میزدم. هوا کمی سرد بود و گل ها خیلی زیبا و خاص بودن. حس میکردم از چشم راستم اشک میاد و طرف راست لبم شل شده، مثل اینایی که سکته میکنن. صحنه ی دراماتیکی بود و یکی از پسرا فکر کرد که مثلا ناراحتم. اومد باهام حرف زد و بهش گفتم: "حس میکنم طرف راست صورتم فلج شده."

اون گفت ضعف کردی. ازونجایی که پسر زیبایی بود، دعوتش کردم که با هم غذا بخوریم.

ما درظاهر، شروع به لاس زدن کردیم اما درعمل، فهمیدم که فرد مناسبی برای ادامه ی معاشرت نیست و فارغ از بی مسئولیتی و ترسو بودن، استعداد چندانی در راضی نگه داشتن من نداشت. اما کشف جالب ما این بود که یارو پسر همون مرد شاعر به

حساب می اومد و آقای شاعر، نه تنها مجردی نکشیده بلکه چندین فرزند فرد اعلا داشت که آخریش یه نوزاد بود.

به پسره درمورد قضیه ی پدرش گفتم و همین هم تحریکش کرد که چیزای بیشتری درمورد لاشی بودن پدرش افشا کنه.

پسر آقای شاعر هم ازم خوشش می اومد ولی نیازی نبود برای رد کردنش ریسک کنم و خودمو در معرض دراماهای قابل پیش بینی قرار بدم؛ اون بعد از مدتی ولم کرد و رفت.

منم بالاخره از پسرا و دخترای دانشگاه سیر شدم و دانشگاهو رها کردم.

زمان گذشت و برای شروع کردن کسب و کار خودم، به انبار یه سایت لوازم آرایشی و بهداشتی تکیه کردم و با تبلیغش کلی سفارش گرفتم، اما وقتی خواستم سفارش ها رو ثبت کنم، متوجه شدم که انبار سایت تعطیله.

اون سایت، دو تا شماره برای پشتیبانی داشت و وقتی خواستم بهشون زنگ بزنم، خودمو جلوی در خونه اش دیدم. اونجا یه ویترین شیشه ای مغازه ای وجود داشت و اهالی خونه، داشتن برای خودشون می‌رقصیدن؛ چندتا مرد و زن گنده که مشخصا یک گروه دوستی رو تشکیل میدادن. از حرفاشون متوجه شدم که عمدتا بیکار هستن و دنبال شروع یه کار جدید میگردن.

به شیشه زدم که میخوام باهاشون صحبت کنم. مدیر سایت، بین گروه بود و به محض اینکه فهمید چیکار کردم، ازم شکایت کرد و پای پلیسو وسط کشید.

هرچی سعی کردم توضیح بدم تقصیر خودته که سایت رو نبستی یا چیزی درمورد تعطیل بودن انبار ننوشتی قبول نکرد. فکر کنم امید داشت از طریق شکایت، پولی به جیب بزنه و از وضعیت فلاکت بارش بیرون بیاد.

من مشکلی نداشتم بهش پول بدم تا بتونه انبار جدیدی راه بندازه و من بتونم جنساشو بفروشم و شریک بشیم. اون فرد بی استعدادی در تبلیغ محصولات آرایشی و بهداشتی به نظر میرسید و ظاهر یک مرد پیر و دور از اتمسفر فکری مشتری های بالقوه‌ی این محصولات رو داشت.

پلیسی که ازم بازجویی میکرد، مرد جوان چشم و گوش بسته ای بود. مطمئنم میدونست این دعوا جدی نیست ولی میخواست باهام حرف بزنه.

ازم سنمو پرسید و همچنین ضریب هوشیمو. گفتم: تستی ندادم که ضریب هوشیمو بفهمم.

پرسید: تو دوره ی مدرسه هم تست ندادی؟

گفتم: آره، ولی عدد دقیقشو یادم نیست... در این حد یادمه که چیز خوبی بود و تو رنج اون دخترایی هستم که می‌پسندی.

پلیس داشت وقت تلف میکرد و مدیر سایت، دوباره با من بحثش شد. بهش گفتم: باید خیلی خوشحال باشی که من سر راهت قرار گرفتم چون قراره آخر داستان، هم تو سود کنی و هم من.... بله من همه چیزو میبینم،

یه قدرت شهودی دارم که باعث میشه آخر داستان رو بفهمم. دلتم به پلیس و قانون خوش نکن که کمکت کنه ازم باج بگیری. همین آقا پلیسه رو میبینی؟ همین الانش خر درگاهم شده.

راستش دیگه چیزی از خوابام یادم نیست و به رغم ظاهر حماسی و پرلاسی که داشتن، اتمسفرشون یه جورایی مریض و غریبانه و غم انگیز بود. یه جورایی انگار توی دنیای خواب های یه آدم دیگه بودم و تنها چیزی که اتفاقات رو شخصی سازی میکرد، واکنش خودم به موقعیت های مختلف بود.

الگوی "اون روی سکه رو دیدن" رو میتونم واضح تر در این خواب ها ببینم اما طبیعتا این سطح باید

مفهوم جدیدتری داشته باشه. توی خواب های این سطح، انگار به آدما چیزی رو میدم که بهش نیاز دارن، اما علنی درموردش صحبت نمیکنن و این نیاز، در اون روی پنهان سکه قرار داره. برآورده کردن این نیاز هم باعث میشه از موقعیت های مختلف عبور کنم یا سود ببرم.

.

.

.

ساعت ۷ و پونزده دقیقه ی شبه. دیشب هم برای شناخت بیشتر سطح ۱۰۸ تمرکز کردم. در دنیای خواب میدیدم که توی یه شرکت تازه تاسیس استخدام شدم. اونجا درظاهر، همه چیز خوب و ایده آل بود و فردی

که منو استخدام کرد، بهم یه موقعیت شغلی سطح بالا داد.

اونجا یه شرکت بازی سازی بود و از من انتظار میرفت که سناریو بنویسم و همچنین دست راست مدیر باشم. بنا به دلایلی، انگیزه ای برای شروع جدی کارم نداشتم و خودم هم نمی‌فهمیدم مشکل چیه. گاهی از اینکه نمیتونم کارو جدی بگیرم احساس ناراحتی داشتم. مدیر هم به من سخت نمیگرفت و تا ثابت شدن کارمندا و مشخص شدن اتمسفر تیم، وقت بود تا تعلل کنم.

حتی در یک جامعه ی مرفه هم همچین شرکتی عجیب به نظر میرسید. کارمندا هرکدوم یه اتاق بزرگ و کامل داشتن. توی هر اتاق، یه سرویس خواب و امکانات یه اتاق شخصی وجود داشت.

توی شرکت، کامپیوترهای به دردبخور و متعددی وجود داشت اما قانونی وجود داشت که نمیذاشت از مثلا اینترنت شرکت برای موبایل استفاده کرد. این قوانین برای این بود که تا جای ممکن، منابع شرکت برای کارای شخصی و اهداف نامربوط به شرکت صرف نشه.

مدیر شرکت بهم این اجازه رو میداد که همه رو زیر نظر داشته باشم و درصورت لزوم، قوانین جدیدی رو بهشون تحمیل کنم یا اگر کارمندا عملکرد جالبی نداشتن، اخراجشون کنم.

ولی اون موقعیت اصلا بهم نمیچسبید و نمی تونستم جدیش بگیرم. فقط دلم برای خودم میسوخت که چرا کار نمیکنم؟ من باید کار مفیدی انجام بدم و به لحاظ حرفه ای پیشرفت کنم.

یکی دو روز بعد، انرژیم رو به کار گرفتم و بالشت ابری‌ای رو تبدیل به دیسک پرنده کردم و روش نشستم و توی شرکت دور زدم و به کارا رسیدگی کردم، به سوالا جواب دادم و دقیقا حین جواب دادن به اینکه چرا نمی تونن از اینترنت شرکت برای موبایلشون استفاده کنن، این حس بهم دست داد که مدیر شرکت داره از من برای ماستمالی قوانین و اطلاعات مرموز شرکت استفاده میکنه.

برای شرکتی به اون بزرگی، اینترنت چیزی نبود که صرف کردنش بخواد ضرر به حساب بیاد و در این لحظه حس کردم اون روی سکه ی موقعیت، چیزی هست که نیاز به دونستنش دارم تا بتونم برای کار کردن در اون شرکت تصمیم بگیرم.

من هنوز یک کلمه از سناریوی بازی هم ننوشته بودم اما شرکت فعال بود و عملا هیچ کار خاصی انجام نمیدادیم.

یکی از کارمندا که دوست درجه ی چندم به حساب می اومد، به سراغ اتاقم و نقاشی هام رفت و ازونا برای تزئین دیوارا استفاده کرد. وقتی دیدم که اون همه نقاشی هم برای تزئین دیوارا کافی نیست، کمی انگیزه پیدا کردم که کار خلاقانه ای رو شروع کنم.

ولی باز هم تعلل کردم. تا روزی که با پرس و جو و صبر، فهمیدم که سرمایه گذار اصلی شرکت، یه فرد متقلب و خرابکاره و احتمالا این شرکتو هم فقط برای پولشویی درست کرده. توی خوابم گفتم: ترجیح میدادم بمیره و توی این دنیا وجود نداشته باشه، حتی

اگر به قیمت این تموم میشد که هرگز نتونم همچین موقعیت شغلی خوبی به دست بیارم.

با فهمیدن این موضوع، طبیعتا از اون شرکت زدم بیرون.

.

.

.

زیاد مطمئن نیستم ولی حدس میزنم این سطح درمورد مهارت مواجهه با موقعیتی هست که مثل یک سکه‌ی دو رو میمونه و یکطرف سکه، هنوز پنهانه.

.

.

.

ادامه‌ی بررسی سطح ۱۰۸

ساعت ۲ و پنجاه و پنج دقیقه ی ظهره. شاید تنها دلیلی که دیشب هم برای شناخت سطح ۱۰۸ مراقبه کردم این بود که از خواب های مرتبط با این سطح خوشم اومد. ولی امروز، آخرین بخش رو می نویسم سراغ سطح ۱۰۹.

مهارت مواجهه با موقعیتی شبیه به سکه‌ی دو رو. ای کاش می تونستم اسم بهتری براش پیدا کنم و یکم علمی تر به نظر برسه و اینقدر متکی به ضرب المثل و کنایه نباشه. رازهایی هستن که پنهانن اما لزوما به‌طور عمدی پنهان نشدن. اونها ممکنه پنهان بمونن چون کسی درموردشون سوال نمیکنه یا نمی دونیم با طرح چه سوالی میشه به حقیقتشون پی برد. با این وجود، وقتی یک حقیقت کلیدی پنهان باشه، تصمیم گیری میتونه با مشکل رو به رو بشه.

جای خالی حقیقت، پنهان میمونه و این یک مهارت روانیه که در درجه ی اول، جای خالیش رو حس کنی و در مرحله ی بعد، برای پیدا کردنش تلاش و صبر به‌خرج بدی.

این حقیقت پنهان، میتونه به نوبه ی خودش، تصویری از یک اتمسفر بزرگ باشه. نه یک قصد، نه یک جمله یا یک هدف؛ تصویری از یک سبک زندگی، یک پروژه ی بزرگ، یک وضعیت روانی یا یک تاریخچه است.

.

.

.

آخرین خوابی که درمورد سطح ۱۰۸ قراره تعریف کنم از این قراره که میدیدم توی یه محیط عمومی، سرمو گذاشتم رو پای یه دختر جوون و چرت میزدم. اون

مشغول خوندن کتاب مورد علاقه اش بود که مورد تحقیر و تمسخر عده‌ی دیگه ای قرار گرفت. اونها به لحاظ ایدئولوژیک، به شدت با هم در تضاد بودن و به روش های مختلفی، سبب رنجیدن همدیگه میشدن.

من به ایدئولوژی هیچکدوم احساس تعلق خاصی نداشتم و بلند شدم که کم کم برم. نه از دختره دفاع کردم و نه به مردی که داشت بهش تیکه مینداخت چهره‌ی بدی نشون دادم، اتفاقا بهش یه لبخند ریزی هم زدم.

لبخندم به این معنی نبود که باهاش موافقم بلکه خواستم بی طرفی خودمو نشون بدم و اون هم پیغامم رو گرفت.

پیراهن سفید خوشدوختی به تن داشتم و جین مشکی خوبی هم پام بود. موهای مشکی کوتاه و موجداری

داشتم و یه نخ اضافی که به آستینم آویزون شده بود رو کندم. حتی اگر حوصله داشتم شاید یه کرمی به صورتم میزنم و رژ و خط چشم میزدم و بعد میرفتم.

حین انجام این کارا، کاملا حواسم به معاشرت نه‌چندان صمیمانه ی آدم های اطرافم بود. قصد نداشتم مداخله کنم ولی این به معنی بی تفاوتی و بی‌هدفی و سردرگمی هم نبود. در اون لحظه به این فکر کردم که از افراطی های هردو گروه متنفرم و برای افراد افراطی اینچنینی، بدترین ها رو آرزو دارم و امیدوارم به جون هم بیوفتن و همدیگه رو نابود کنن.

پس زمینه ی افکار من، از عمری نقد نوشتن و دیدن بازخورد همچین آدمهایی نسبت به کتاب ها و محتوای درون رسانه ها اومده بود.

پشت ظاهر حرفای انتقادی و تمسخر آمیز و زیرکانه ی اون مرد و همچنین پشت ظاهر متین و فروتن و مهربون اون دختر جوان، حقایق مهمی پنهان بود که ایده‌اش به خفت و زجرکشی و نژادپرستی میرسید و با یک مشت ایدئولوژی تراش خورده و به ظاهر قشنگ، توجیه میشد. من جزئی از اون دو گروه نبودم و همین پس‌زمینه کمکم کرد که در اون لحظه از خودم راضی باشم و از کنار یک جنجال، به راحتی بگذرم.

شاید یه بچه، به سبب نوپا بودن و نداشتن تاریخچه‌ای از اقدامات جامعه ندونه دلیل مشکلات امروز جامعه اش چیه ولی چند دهه برای شناخت ریشه‌ی خیلی از مشکلات کافیه و حتی اگر دلیل خیلی از مسائل هم آشکار نشده باشه، میشه حدس زد که از هر نوع جامعه یا هر نوع انسانی، چه کاری برمیاد و

چه پتانسیلی داره و پشت روزهای خوب، چه فساد و تاریکی‌ای آماده است تا به سطح بیاد و درامای جدیدی درست کنه.

همیشه صحبت از این نیست که یک حقیقت باید حتما آشکار بشه تا بشه محکومش کرد و انسان ها رو برعلیهش آگاه کرد. خیلی وقتا اصلا چالش این نیست که یک حقیقت باید آشکار بشه تا مشکلات حل بشه. من توی جامعه ای هستم که هر سال، هزار مدل حقیقت مهم آشکار شد و نشون داد که چقدر آدم های ریز و درشت این جامعه پتانسیل فساد و تقلب دارن اما جامعه با این حقایق کنار میاد چون هرکدوم از ما به نوبه ی خودمون، ممکنه درخدمت تثبیت وضعیت موجود باشیم. ما با این حقیقت کنار میایم که فاسدیم، متقلبیم، علاقه مند به استفاده از انواع

رانتیم و حق خودمون میدونیم که اگر همچین درهایی باز شد، ازشون استفاده کنیم.

حساسیت نشون دادن نسبت به حقایق پنهان و طراحی یک واکنش مناسب، وضعیت صفر و یک نیست چون صحبت فقط درمورد یک حقیقت یا یک تصمیم نیست.

حقایق پنهان زیادی وجود داره، شاید نشه به کم و کیف همه‌شون پی برد اما میشه وجودشون و جای خالیشون رو حس کرد. شما خودتون تصمیم میگیرید که پا روی یک پله‌ی سست بذارید یا نه، تصمیم میگیرید که به یه دیوار سست تکیه کنید یا نه.

به کشتی ای که خدمه اش یک جامعه ی پر از دروغ و فساد رو ساختن نمیشه برای یه سفر دریایی طولانی اعتماد کرد. نمیشه دقیقا درک کرد کدوم قسمت کشتی

رو دچار مشکل میکنن یا چه بی مسئولیتی هایی رو نشون میدن و این حقیقت پنهانیه که لازمه درکش کرد و با توجه به پتانسیلی که داره، تصمیم گرفت.

.

.

.

خلاصه ای از سطوحی که تا امروز بررسی کردم رو میتونید در ادامه مطالعه کنید:

-1- بعد منفی یک: توهم- هالوسیناسیون (Hallucination)- هالوسیناسیون به تجربه ی ادراکی اشاره داره که بدون وجود محرک خارجی رخ میده، مثل شنیدن صداهایی که وجود ندارن یا دیدن تصاویری که واقعی نیستن. این مفهوم معمولا در

ارتباط با اختلالات روانپریشی مثل اسکیزوفرنی، یا در اثر مصرف مواد توهم زا بررسی میشه.

همچنین اصطلاح توهم ادراکی (Perceptual illusion) برای اشاره به خطاهای حسی که ناشی از پردازش مغزی هستن به کار میره.

اصطلاح هزیان (Delusion) هم مرتبطه.

0_ بعد صفر: انگیزه، معنا_ خود تعیینی انگیزشی (Motivational Self-Determination) این اصطلاح به توانایی فرد در ایجاد انگیزه ی درونی اشاره داره، بدون وابستگی به عوامل بیرونی مثل پاداش ها یا فشارهای اجتماعی.

1. بعد یک: هدف، جهت-

2. جریان اندیشه (منطق افکار، ایجاد ارتباط علت و معلولی ساده در افکار)

3. ارتباط (به منظور ساخت فرهنگ)
4. نطق
5. تعلیم
6. شهود
7. درک احساسات (همدلی، همزاد پنداری)
8. خلق تجربه (برای خود و دیگران)
9. مبارزه با نابهنجاری (تفکیک خیر از شر)
10. خوشبینی (تفکیک خوشبینی بهنجار از نابهنجار)
11. وفاداری

12. خلق تجارب سطح بالا برای افرادی که قادر به لمسش نیستن
13. درک اونچه که گفته نمیشه
14. وجهه ی اجتماعی، سرشناسی، کاریزما
15. اشتیاق
16. باور
17. تغزل، نماد پردازی، صراحت یا عدم صراحت
18. مهندسی معکوس
19. تعصب، غیرت
20. شبیه سازی
21. سکاندار، برنامه ریزی آگاهانه‌ی ناخودآگاه دیگران
22. کلکسیون سازی

23. چیزی مثل قدردانی. دیدن و ارزیابی و استفاده از پتانسیل‌ها، با توجه به هدفی که توی ذهن داریم. این مهارت می‌تونه کمک کنه تا چیزای به درد نخوری که سعی میکنن خودشونو مهم جلوه بدن یا به خاطر عرف، زیادی بهشون بها داده شده هم ببینیم و از نتایج تحلیل‌مون حذفش کنیم.

24. قدرت طراحی خلاقانه‌ی پارامترای تحلیل احساسات فردی (این روش تحلیل، کمک میکنه تا رفتارا و الگوهای فکری آینده‌ی فرد یا جمعو هم پیش بینی کرد)
25. سایه‌های گذشته. داستانی که پشت سر موجوده و تحلیل بهینه‌اش.

26. الگوهای حذف داده. آنتی پروپاگاندا
27. توانایی شناخت و حذف داده‌هایی که دروغ هستن. دروغایی که به طور مستقیم بیان نمیشن اما طوری طرح ریزی شدن که از طریق تحلیل داده‌های آشکار اما دروغین یا غیر مهم، بهشون برسی و باورشون کنی. دروغی که عمدا پنهان شده تا باورپذیر جلوه کنه.
28. تکنیک کشف و افشای دروغ سه لایه به جهت منحل کردن یک سیستم
29. دیدن بازتاب انعکاس. دیدن تاثیری که توی بخش نابهنجار ناخودآگاه و ذهن یه عده میذاری ولی سعی دارن این تاثیرو کتمان کنن.
30. شک شهودی. گاها چیزای بیشتری برای شک کردن وجود داره اما ممکنه که ذهن خودآگاه، قادر

به شناساییش نباشه. با این وجود، شک شهودی به عنوان یه پارامتر تحلیلی در نظر گرفته میشه.

31. طرح تلقین، آشنایی با مفهوم تلقین و نقشی که در طراحی ناخودآگاه جمعی داره و استفاده از این ادراک، جهت بهینه‌سازی قضاوت و تحلیل
32. طراحی تلقین، آشنایی با نحوه‌ی طرح ریزی تلقین های بهینه برای ارتباط گرفتن با ناخودآگاه جمعی. تولید کننده‌ی طرح تلقین.
33. توانایی‌های کشف الگوهای حقارت
34. توانایی‌های افشای الگوهای حقارت
35. کشف الگوهای سالم و فاسد کسب عزت نفس
36. طراحی الگوهای افشای الگوهای سالم و فاسد کسب عزت نفس

37. کشف الگوهای نابهنجاری مظلوم نما (انتقاد به موقع یا زودهنگام نسبت به نابهنجاری‌ای که سعی داره خودشو پنهان کنه یا بی خطر نشون بده.)
38. شناسایی و نقد الگوهای مرتبط با جبرگرایی که سعی دارن یه موجود بعضا بی مسئولیت رو قربانی و ناچار نشون بدن.
39. کشف زمانی که بهتره ناامید شد و از یه موضوع دست کشید.
40. مهربانی
41. کشف و شناسایی الگوهای ویروسی مرتبط با مهربانی
42. خلاقیت در مهربانی ورزیدن

43. درک مفهوم سادیسم. سادیسم به خودی خود نه مثبته و نه منفی. لازمه ازش در جهت مثبتی استفاده کرد.
44. کشف الگوهای نابهنجار سادیستی
45. تعلق
46. شناسایی الگوهای ویروسی تعلق
47. مسئولیت پذیری
48. الگوهای خلاق مبارزات مرتبط با مسئولیت پذیری

49. کشف موقعیت های مناسب نشون دادن مسئولیت پذیری

شناخت فرصت های مسئولیت پذیری یا Responsibility Opportunity Identification: توانایی شناسایی موقعیت

هایی که فرد میتواند مسئولیت پذیری خود را نشان دهد و تاثیر مثبت بگذارد.

50. جدا شدن از موقعیت هایی که بهشون حس تعلق داریم اما مغایر با حس مسئولیت پذیری هستن.

جداسازی شناختی یا Cognitive Detachment: توانایی تفکیک احساس تعلق از مسئولیت پذیری و تصمیم گیری منطقی در شرایط ناسازگار.

51. ریشه‌های پنهان مشکلاتی که عوارض طولانی مدت یک نابهنجاری به حساب میان.

تحلیل علت های ریشه ای یا Root Cause Analysis- RCA: رویکردی که به شناسایی عوامل پنهان و بنیادی مشکلات میپردازد تا از تکرار آن ها جلوگیری کند.

52. کار کردن با مشکلات اجتماعی ای که سبب ناسازگاری و بی تعلقی شما به جامعه شدن. موقعیتی که انتظار میره باهاش سازگار بشید اما نمیخواید که این کارو انجام بدید. مدیریت فشار روانی قرار گرفتن در چنین موقعیتی و همزمان، انجام دادن کاری که میدونید درسته.

تاب آوری اخلاقی یا Moral Resilience: توانایی حفظ اصول اخلاقی در شرایطی که

جامعه سعی دارد فرد را به سازگاری با ارزش های ناسازگار سوق دهد.

استقلال شناختی یا Cognitive Independence: مهارتی که فرد را قادر میسازد بدون تاثیرپذیری از فشارهای اجتماعی، تصمیمات منطقی و اخلاقی بگیرد.

53. پیدا کردن و نگه داشتن رگ مشکل، در شرایط ناسازگار- تاب آوری تحلیلی یا Analytical Resilience: مهارتی که فرد را قادر میسازد در شرایط نامطلوب، مشکلات را شناسایی کند و راه حل های موثر را برای آن ها بیابد.

یا پایداری شناختی (Cognitive Persistence): توانایی تمرکز بر مشکلات مهم، حتی زمانی که جامعه سعی دارد آن ها را کم اهمیت جلوه دهد.

-وضعیت جامعه، سعی داره شما رو از نگه داشتن رگ مشکل و کار کردن باهاش منصرف کنه. وانمود میکنن که موضوع مهمی نیست.

-مشکل مذکور میتونه عوارض طولانی مدت قابل توجهی داشته باشه و همین مزید بر علته که بهش اهمیت ندن.

-کار کردن با مشکل مذکور، نوعی سادیسم رو به دنبال داره. یعنی میونه باعث جریحه دار شدن احساسات دیگران بشه.

-جامعه ای که قراره باهاش کار کنید، لزوما بهتون حس تعلق نمیده. اگه مهربون باشن هم یه مهربونی به درد نخور و بیمارگونه است.

-فرقش با سطح 52 در اینه که مشکل در سطح 52، جلوه ی آشکارتری داره اما در این سطح، وضعیت جامعه، بسیار مستعد پوشوندن و موجه جلوه دادن نابهنجاری هست. ممکنه حتی خودتونو هم موقتا به خطا بندازه.

54. مزرعه ی وحشی اطلاعات- تفکر استراتژیک انطباقی یا Adaptive Strategic Thinking:

مهارتی که فرد را قادر میسازد در محیط های نامطلوب، داده های ارزشمند را شناسایی کند و برای ماموریت های آینده استفاده کند.

-با بی میلی سراغ کار کردن با جامعه ای میرید که نه بهش تعلقی دارید و نه علاقه ی چندانی دارید که بهش حس تعلقی پیدا کنید.

-مهربانی خودتون رو به شکلی نشون میدید که لزوما به چشم هم نمیاد و طبق عرف و خواسته های جامعه نیست اما چون میدونید کار درستیه انجامش میدید.

-برای ناله و فغان آدم های بی مسئولیت، تره هم خورد نمیکنید و با نوعی سادیسم بسیار بهنجار، به چرخه های کارمایی یا بهتره بگم علت و معلول در سطح کلان، نگاه خردمندانه ای میندازید.

-در حین انجام دادن مجموعه ای از کارهایی که میدونید درسته، اطلاعاتی استخراج میشن که انتظارشون رو ندارید ولی کاربردی هستن. درست

مثل پیدا کردن یک مزرعه ی خودرو از محصولاتی که انتظارشون رو نداشتید.

-این اطلاعات، قراره در طراحی ماموریت های بعدی و کار کردن با جامعه، مفید واقع بشن.

55. ایمان_ تاب آوری روانشناختی یا Psychological Resilience: تاب آوری از دیدگاه روانشناختی، یعنی توانایی مدیریت استرس، حفظ امید و مقابله با آسیب های ذهنی.

56. عقده_ بازسازی شناختی یا Cognitive Restructuring: فرآیندی که فرد با تغییر الگوهای فکری ناسازگار، تاثیر عقده های روانی را کاهش میدهد.

57. شیطان در جزئیات است

پردازش جزئیات شناختی یا Cognitive Detail Processing: مهارتی که فرد را قادر میسازد به جزئیات ظریف توجه کند و از آن ها برای تصمیم گیری بهتر استفاده کند.

58. آناتومی شناسی رفتار و حرف انسان ها برای درک بیشتر پتانسیل ها و جزئیات انرژی ای که درونشون هست. در شناسایی ویروس های روانی، مهارت این سطح شبیه اینه که آناتومی راسو بشناسید تا قبل از اینکه بچوسه، واکنش مناسبی نشون بدید. در حالت مثبت میتونه نقش مفیدی در از بین بردن تروما داشته باشه.

درک انرژی روانی یا Psychological Energy Awareness: بررسی سطح انرژی روانی افراد و تاثیر آن بر رفتار و تصمیم گیری.

59. پیش آگاهی – پیش بینی شناختی ((Cognitive Forecasting یا تفکر آینده نگر (Prospective Thinking)

60. مدیریت نفرت- Hatred Monitoring

61. درک دلایل بی فکری یک فرد یا جامعه

62. هدف گذاری شخصی سازی شده یا Self-Directed Goal Setting- این مفهوم به توانایی فرد در تنظیم اهداف و مسیر رسیدن به آن ها براساس سبک و ترجیحات شخصی خود اشاره دارد.

63. مهار شناختی یا Cognitive Inhibition: توانایی جلوگیری از ورود اطلاعات نامربوط به جریان فکری و حذف افکار ناخواسته.- بازداری پاسخ یا Response Inhibition: کنترل پردازش های ذهنی و کاهش واکنش های خودکار به افکار مزاحم.

64. تفکیک شناختی زیبامحور یا Aesthetic-Cognitive Filtering: فرآیند روانی ای که به فرد کمک میکنه تا افکاری که ظاهر جذابی دارن ولی از نظر محتوایی زائد هستن رو تشخیص بده و کنار بذاره.

65. طراحی روش های خلاقانه برای رهایی از انواع افکار زائد- متاروش‌زدایی شناختی یا Cognitive Mata-Decluttering: این اسم ترکیبی از متا به معنی فراتر رفتن و بازاندیشی و روش زدایی به معنی حذف زوائد ذهنیه. در روانشناسی شناختی، پاکسازی ذهن از افکار زائد می تونه باعث افزایش تمرکز، خلاقیت و پردازش اطلاعات کارآمدتر بشه. این مفهوم میتونه به طراحی استراتژی های ذهنی برای پالایش افکار و ایجاد مسیرهای فکری نوین و خلاقانه اشاره کنه.

66. آگاهی از دیوارهای ذهنی یا Cognitive Barrier Awareness: شناسایی موانع فکری و فرهنگی که از محیط اجتماعی و تربیتی به فرد منتقل میشن. این دیوارها اغلب نامرئی هستن اما تاثیر عمیقی روی تصمیم گیری ها، باورها و حتی احساس آزادی فرد دارن.

67. سازگاری- با دیوارها و سدهای کوچک اما متعدد کنار اومدن برای مبارزه با دیوارها و سدهای بزرگتر و پراهمیت.

سازگاری شناختی-اجتماعی یا Social-Cognitive Accommodation: اصطلاحی که در روانشناسی اجتماعی برای توصیف تطبیق ذهنی با ساختارهای ناعادلانه یا پیچیده به کار میره بدون اینکه الزاما فرد به صورت آگاهانه تسلیم شده باشه.

68. تولید روش های خلاقانه برای مبارزه با دیوارهای ذهنی
69. چیزی شبیه به سندرم استکهلم- درک الگوهای کنار اومدن و موجه جلوه دادن نابهنجاری های بدیهی و رایج، تحت تاثیر فشار روانی ناشی از نابهنجاری های پیچیده- اسیر شدن و دامن زدن به نابهجاری های رایج و ساده برای مواجهه با یک نابهنجاری پیچیده.
70. چیزی شبیه به سانتی مانتالیسم- درک و استفاده از تحریکات احساسی شدید و تشخیص انواع مثبت و منفیش.
71. کشف ریشه‌های پنهان سانتی مانتالیسم
72. طراحی واکنش مناسب به سانتی مانتالیسم
73. کشف الگوهای انکار

74. طراحی واکنش مناسب نسبت به انکار
75. هشیاری اتمسفری
76. آگاهی انتخابگرانه نسبت به اتمسفر
77. طراحی واکنش مناسب نسبت به اتمسفر
78. درک مفهوم آبرو
79. طراحی واکنش مناسب نسبت به چالش های مرتبط با آبرو
80. مهارت درک آینه ی خاکستری- تشخیص سوتفاهم از اشتباه عمدی
81. طراحی واکنش مناسب نسبت به موقعیت آینه ی خاکستری، موقعیتی که طرف مقابل، دچار قضاوت اشتباه یا سوتفاهم شده اما نمیشه لزوما مقصر قلمدادش کرد و این وضعیت، بیشتر نشات

گرفته از آگاهی پایین و دور بودن طرف مقابل از یک اتمسفر خاص باشه.

82. طراحی ایده برای سواستفاده از سوتفاهم ها.

یعنی از سوتفاهم هایی که آدما با بی فکری و خودخواهی بهش دچار شدن استفاده کنید که برعلیه شون کاری انجام بدید یا جامعه شون رو اصلاح کنید. این کار به خودی خود نه مثبت هست و نه منفی و بستگی داره که شما چه قصدی داشته باشید. در حالت مثبت، این سطح از ما میخواد که سوتفاهم هایی که با بی فکری و خودخواهی شکل گرفتن و ممکنه جنبه ی پنهان داشته باشن رو پیدا و بهشون واکنش مناسبی نشون بدیم که باعث رشد خودمون و جامعه بشه.

83. بیداری در پورتال انتزاعی

84. پیدا کردن پورتال های خروج از یک اتمسفر
85. درک زمان درست خروج از اتمسفر
86. کشف پورتال های ورودی اتمسفر
87. درک لزوم ساخت اتمسفر
88. درک زمان خروج از یک اتمسفر خودساخته_ اتمسفرهایی که با عشق ساخته شدن، با بلوغ ترک میشن. بریدن تعلق از ساخته ی خود.
89. پاکسازی اتمسفر
90. استفاده از سرنخ های کوچک و بی اهمیت (شاید برای ساختن یک اتمسفر جدید)
91. درک مفهوم بی‌تفاوتی
92. پیدا کردن یا طراحی انگیزه برای بی تفاوت ماندن.
93. درک مفهوم حواس پرتی
94. درک مفهوم تمرکز

95. درک مفهوم بدبینی
96. واکنش نشون دادن در موقعیت بدبینی
97. مو رو از ماست کشیدن، درک مفهوم اوسینت (هوش داده‌باز)
98. مهارت استفاده از اوسینت
99. درک مفهوم اعتماد به نفس
100. مهارت ایجاد اعتماد به نفس
101. کسب اعتماد به نفس از موقعیت هایی که لزوما برای تقویت اعتماد به نفس ایجاد نشدن.
102. درک مفهوم اعتماد به نفس کاذب
103. مهارت بازخورد نشون دادن به اعتماد به نفس کاذب، مبارزه با اعتماد به نفس کاذب
104. درک مفهوم کدهای پنهان، آتش زیر خاکستر، کشف و درک بدبینی پنهان شده در زیر پوسته ی زیبا و سالم

105. مهارت استفاده از کدهای پنهان، مهارت استفاده از آتش زیر خاکستر
106. درک مفهوم منفعت و ضرر موقعیت
107. دیدن اون روی سکه ی موقعیت، درک وجود یک حقیقت پنهان
108. مهارت واکنش نشون دادن به حقیقت پنهان